



Was ist „Mein Leben – Deine Praxis“?

In dieser eintägigen Veranstaltung geht es darum, **junge Menschen und Fachkräfte aus der Pflegekinderhilfe** zusammenzubringen. Es geht um Themen wie Beziehungen, Vertrauen, Nähe, Mitbestimmung und darum, was im Kontakt mit Fachkräften oder in deiner Pflegefamilie gut läuft und was vielleicht auch nicht.

Warum gibt es dieses Angebot?

Weil junge Menschen oft sagen, dass ihre Erfahrungen zu wenig gehört werden. Und weil gute Pflegekinderhilfe nur dann funktioniert, wenn Beziehungen ernst genommen werden. Deine Sicht ist wichtig und kann helfen, Dinge zu verändern.

Wer kann teilnehmen?

Junge Menschen, die **in Pflegeverhältnissen leben oder gelebt haben**. Du musst nichts „Besonderes“ mitbringen – deine Erfahrungen reichen völlig aus.

Muss ich etwas erzählen?

Nein. Du musst nichts erzählen, was du nicht erzählen möchtest.

Du entscheidest selbst, wie viel du sagen willst – oder ob du lieber zuhörst, etwas aufschreibst, malst oder dich anders ausdrückst.

Was passiert, wenn ich etwas Persönliches teile?

Der Austausch findet in einem **geschützten Rahmen** statt. Es geht um respektvolles Zuhören und darum, voneinander zu lernen. Niemand wird gedrängt oder bewertet.

Muss ich über schwere oder belastende Dinge sprechen?

Nein. Du bestimmst selbst, worüber du sprechen möchtest. Es geht nicht darum, deine ganze Geschichte zu erzählen oder Dinge zu wiederholen, die sich nicht gut anfühlen.

Sind Fachkräfte dabei – und wie gehen sie mit dem um, was ich sage?

Ja, Fachkräfte sind dabei. Sie nehmen teil, um **zuzuhören, zu lernen und ihre Arbeit zu reflektieren**. Der Tag ist so gestaltet, dass junge Menschen und Fachkräfte **auf Augenhöhe** miteinander sprechen können.

Was machen wir in den Workshops?

Es gibt verschiedene kreative und abwechslungsreiche Workshops. Es wird also nicht nur geredet, sondern auch andere Wege genutzt, um sich auszudrücken. Mit welchem Thema sich beschäftigt wird, entscheidet die Gruppe selbst.



Muss ich die richtigen Worte finden?

Nein. Es gibt **keine richtigen oder falschen Antworten**. Es geht darum, wie du Dinge erlebst und das darf niemand als richtig oder falsch bewerten.

Kann ich auch einfach erstmal zuhören?

Ja, auf jeden Fall. Zuhören ist genauso okay wie Mitreden. Du kannst dich jederzeit einbringen oder auch erstmal nur zuhören und beobachten. Es besteht auch die Möglichkeit, dass du dich zurückziehst, wenn du eine Pause brauchst.

Was habe ich davon?

- Deine Stimme wird gehört.
- Du kannst sagen, was dir wichtig ist.
- Du triffst andere junge Menschen mit ähnlichen Erfahrungen.
- Du kannst mithelfen, dass Pflegekinderhilfe besser wird.

An wen kann ich mich wenden, wenn ich Fragen habe oder unsicher bin?

Vor und während der Veranstaltung gibt es **Ansprechpersonen**, an die du dich jederzeit wenden kannst, wenn du Fragen hast oder dir etwas unklar ist.